





Denk niet voor maar mét je kind

Kinderen kunnen dwangmatig gedrag gaan vertonen, soms zodanig dat hun ouders er radeloos van worden. Is het te voorkomen dat zulk gedrag je gezin gaat beheersen, of om het terug te draaien als het al zover is?  Jaquelina Zandbergen  Shutterstock

Daar kwamen ze binnen, Maartje en Pieter. Pieter nam het voortouw door het probleem kernachtig samen te vatten: „Het gaat om onze zoon Conrad, hij is heel dwangmatig en wil alles weten en alles moet op een vaste manier.” Het was begonnen met kleding maar begon zich nu uit te breiden naar andere gebieden, zoals eten; en het werd steeds erger. Maartje vult aan: „Hij is nu negen jaar en we willen niet dat hij in therapie moet en daarom willen wij nu voor hem in therapie te gaan.” Jaren geleden volgde ik een Amerikaanse therapeut die ouders begeleidde in de problemen die zij ervoeren met hun kind. Het kind zag en sprak hij niet en hij vond dat dit ook niet nodig was. Ouders kunnen genoeg vertellen over hun kind en op die manier kun je hen helpen om te ontdekken wat het kind wil zeggen met het gedrag. Ik was erg enthousiast en gebiologeerd door deze therapeut.

Nu zat er een echtpaar voor me dat therapie wilde zonder dat Conrad er iets van zou weten of merken. Ik heb veel bewondering voor deze ouders die vanuit liefde voor Conrad zelf hulp zochten zodat Conrad gewoon kind kon blijven.

Maartje en Pieter vertellen dat Conrad zeer vasthoudend dwangmatig bepaalde handelingen uitvoert; in een precieze volgorde want anders (daar was Conrad van overtuigd) zou er iets heel ergs gebeuren. Hij had onbedoeld het hele gezin in de greep. Hij bepaalde wat en wanneer alles gebeurde, want als de ouders niet met zijn dwangmatige neigingen mee gingen werd het gedrag van Conrad onhoudbaar.

Dwang
Dwanghandelingen zijn handelingen die op een bepaalde manier uitgevoerd moeten worden om angst of schuldgevoel te verminderen. Bij Conrad gebeurde dat bijvoorbeeld door zich op een speciale manier uit te kleden, zijn kleren heel precies neer te leggen zoals de linkersok met de teen naar binnen en de hak naar buiten, de rechter- en linkerarm te strekken met een vingerbreedte tussen de tenen en de bovenkant van de sok. En als er bijvoorbeeld iemand doorheen liep of de sok gleed uit de hand, dan moest Conrad beslissen een aantal nieuwe handelingen doen om de 'fout' te compenseren.

Samen met de ouders begon de zoektocht naar wat Conrad nodig had om niet meer te vertrouwen op

Het leven hoeft niet altijd 'leuk' te zijn. Dat kan ook helemaal niet

de dwanghandelingen. Maartje en Pieter kwamen erachter dat de dwang erger was als er onduidelijkheid was over wat er ging gebeuren in de nabije toekomst. Zoals gaan we wel of niet bij oma koffie drinken na de kerkdienst.

Pieter vond dat hij er altijd voor Conrad was. Hij vertelde Conrad wat hij kon doen als hij minder leuke dingen meemaakte. Pieter schrok toen hij besepte dat hij met dat goedbedoelde advies niet luisterde naar Conrad omdat dit zijn eigen oplossing was, één die niet bij Conrad paste. Pieter is heel direct en Conrad blijkt heel voorzichtig in wat hij wel en niet durft te zeggen.

Pieter besloot voortaan te gaan vragen aan Conrad wat hem zou helpen als die schooljongens weer vervelend deden. Of wat hij als vader kon doen zodat Conrad wist dat zijn vader er voor hem was. Pieter was opgetogen toen hij op die manier voor het eerst ontdekte dat Conrad oplossingen heeft die hij zelf niet had kunnen bedenken. Als bijvoorbeeld Steven (zijn vriendje) tegen hem kan zeggen dat het onzin is wat die jongens zeggen, kan Conrad de schouders er inderdaad over ophalen.

Maartje merkte dat ze probeerde Conrad te behoeden voor alle

mogelijke pijn en verdriet. Het was voor beide ouders een eyeopener dat het leven niet altijd 'leuk' hoeft te zijn. Dat kan ook helemaal niet; ook kinderen ervaren soms tegenslag en het is goed wanneer kinderen dan zelf leren oplossingen te zoeken.

Niet altijd leuk
Maartje is gestopt met het altijd maar zo leuk mogelijk maken voor Conrad en zijn problemen steeds zelf voor hem op te lossen.

Doordat beide ouders gestopt zijn met het denken en invullen voor hun zoon, en in plaats daarvan meer naar hem zijn gaan luisteren en meedenken met wat Conrad zelf wilde gaan doen aan zijn probleem (zonder het hem uit handen te nemen) leerden ze hem anders kennen. Uiteraard blijven ze grenzen stellen (zelfs duidelijker dan voorheen) maar binnen die grenzen bevestigen ze hem in zijn eigen keuzes en zijn ze hem meer complimenten gaan geven. Verder letten ze erop duidelijk te zijn in wat ze verwachten en/of wat ze gaan doen. Dit lukt steeds beter en Conrad laat nu nog maar zelden dwanghandelingen zien.



Jaquelina Zandbergen

Jaquelina Zandbergen is psychosociaal therapeut en doet ook relatie- en gezinstherapie in haar praktijk in Ureterp. Ze is getrouwd, moeder van twee kinderen en baas van drie hondjes